



Calendario Attività 2018



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Palestrina
Piazza di Porta San Martino 11
www.caipalestrina.it
palestrina@cai.it

Perché iscriversi al CAI

Il Club Alpino si rivolge a chi ha passione per la natura e la montagna, condivide con noi il rispetto dell'ambiente, la scoperta della cultura e la solidarietà tra gli uomini. Dal 1863 il CAI è presente in Italia per valorizzare e far conoscere le Alpi e l'Appennino.

Nel 1983 è stata costituita la Sezione CAI a Palestrina.

L'iscrizione al CAI è una scelta a favore delle montagne promuovendo l'alpinismo, l'escursionismo, la sosta nei rifugi e nei paesi, l'attenzione al binomio cultura e natura, per la tutela delle risorse ed il miglioramento socio-economico delle popolazioni locali.

È importante sostenere l'azione e l'impegno di una piccola Sezione CAI con soci appassionati ed amici, come nel caso di Palestrina, antica città che sorge sull'antica Praeneste (II secolo a.C.), posta sulle pendici del Monte Ginestro, una delle sommità dei monti Prenestini.

Nel CAI vi sono tre categorie di soci:

- **Ordinari** (tutti coloro che hanno oltre 18 anni di età)
- **Familiari** (persona maggiorenne con un convivente già iscritto al CAI)
- **Giovani** (tutti coloro che non hanno ancora raggiunto la maggiore età)

Il CAI offre, ai propri Soci, grandi vantaggi:

- alloggiare nei rifugi CAI a condizioni particolari rispetto ai non Soci, anche all'estero;
- frequentare i corsi sulle varie discipline montane organizzati dalle Scuole e dalle Sezioni;
- essere coperti da una assicurazione ed ottenere il rimborso delle spese sostenute in caso di soccorso, anche all'estero, secondo i massimali in vigore;
- ricevere gratuitamente La Rivista del Club (montagne 360 - ora anche in edicola) e Lo Scarpone (on line) ;
- avere a disposizione la documentazione (libri, filmati, carte geografiche) sia della Sezione che degli Organi centrali;
- ottenere sconti sulle pubblicazioni CAI;
- usufruire di condizioni privilegiate negli esercizi convenzionati

Informazioni sul tesseramento

Indirizzo Sezione : Piazza di Porta San Martino 11 - 00036 Palestrina

Orario di apertura : Venerdì 18,00 - 20,00

Iscrizioni

Per iscriversi al CAI è sufficiente recarsi in sezione, rivolgersi ai responsabili sezionali e portare due foto formato tessera, compilare il modulo di iscrizione, il modulo della privacy e versare la quota annuale. La tessera con il bollino sarà consegnata immediatamente.

L'iscrizione può essere effettuata inoltre inviando la seguente documentazione all'indirizzo:

CAI - PALESTRINA Piazza di Porta San Martino 11 - 00036 Palestrina (RM)

- 1) il modulo di iscrizione compilato in ogni sua parte e firmato;
- 2) il modulo della privacy compilato in ogni sua parte e firmato;
- 3) n° 2 foto formato tessera;
- 4) la ricevuta del bonifico bancario della quota di iscrizione più il costo della tessera al conto corrente della sezione con IBAN (**IT 39 H 08716 39321 000006081055**)

La tessera con il bollino dovrà essere ritirata in sezione.

Quote associative

Socio Ordinario	€ 44,00	Socio Giovane	€ 16,00
Socio Familiare	€ 25,00	Costo tessera nuovo Socio	€ 6,00

Regolamento Escursioni

Norme Generali

Le gite sociali rientrano tra gli scopi del Club Alpino Italiano.

La partecipazione alle escursioni è aperta a tutti, con la limitazione che i minorenni debbono essere accompagnati da un genitore o da un maggiorenne che se ne assuma la piena responsabilità.

Bisogna essere in buone condizioni fisiche ed avere un allenamento che consenta di affrontare la difficoltà del percorso dell'escursione.

La sezione, oltre che proporre ed organizzare le escursioni estive, invernali ed in tutti gli altri periodi dell'anno si preoccupa di porre in atto ogni precauzione per tutelare l'incolumità dei partecipanti. Questi, sulla base delle indicazioni presenti in Calendario Attività e sul Sito WEB, è consapevole a priori dell'esistenza dei suddetti pericoli e, con la sua partecipazione alla gita, assume personalmente in proprio tutti i rischi, nonché le responsabilità per i danni che può arrecare, direttamente o indirettamente, ad altri. Il rapporto che si instaura, durante le gite, tra il direttore di gita ed i partecipanti si configura, a seconda dei casi, nella fattispecie "dell'accompagnamento volontario gratuito per spirito associativo, per amicizia o per mera cortesia, non qualificato" o "dell'accompagnamento qualificato", in entrambi i casi esso è a titolo gratuito e non professionale.

Data la natura gratuita e volontaristica delle attività sociali i partecipanti esonerano il CAI, la Sezione di Palestrina e gli accompagnatori sezionali da ogni responsabilità civile per infortuni di qualsiasi natura che avvenissero nel corso delle escursioni.

Per i trasferimenti effettuati sia con auto di proprietà dei soci che con eventuali pullman, la Sezione declina ogni responsabilità per incidenti subiti o provocati che dovessero accadere durante tali tragitti, intendendosi la gita iniziata ed ultimata nel momento in cui comincia e termina il percorso a piedi.

Iscrizioni all'escursione

Le iscrizioni alle gite sono accettate e confermate in Sezione, dagli accompagnatori sezionali, entro e non oltre le ore 20.00 del venerdì precedente all'escursione.

Per la partecipazione alle escursioni è necessario un livello di allenamento adeguato ed una idonea dotazione di abbigliamento e attrezzature adatte per gli ambienti montani.

Comportamento durante l'escursione

Alla partenza è richiesta ai partecipanti la massima puntualità.

- 1) In caso di maltempo alla partenza, indipendentemente dalla presenza di chi si è iscritto nel luogo dell'appuntamento, il direttore di escursione può decidere per l'eventuale sospensione o scegliere altro itinerario. Eventuali reclami o lagnanze dovranno pervenire, per iscritto, al Consiglio Direttivo della Sezione.
- 2) La partecipazione ad escursioni che presentano particolari difficoltà può essere preclusa del Direttore di escursione a chi non dispone di attrezzatura adeguata al momento della partenza o a soci privi della dimostrata preparazione ad affrontare la gita programmata.
- 3) Durante le escursioni bisogna attenersi alle disposizioni dei capo-gita e tenere un comportamento responsabile, prudente e collaborativo.
Inoltre:
 - rimanere sempre in gruppo; avere sempre a vista il direttore di gita o il socio da questi incaricato ad aiutarlo;
 - uniformarsi all'andatura del capo-gita per non disgregare la comitiva ed impedire possibili errori di percorso;
 - usufruire tutti delle soste di riposo evitando che qualcuno rimanga isolato, con tutte le conseguenze del caso. (smarrimento, infortunio, ritardi nella partenza per il ritorno, ecc.).
- 4) A nessuno è consentito, per nessun motivo, effettuare un percorso diverso da quello previsto in programma.
- 5) Il rapporto tra i partecipanti deve essere improntato alle norme di comportamento civile, all'etica del CAI, alla cordialità, alla correttezza ed al reciproco rispetto.

Scala delle difficoltà

Escursionistiche

Sentiero Turistico (T) – Percorso ben evidente e segnalato con stradine, mulattiere o comodi sentieri, che richiede una conoscenza dell'ambiente montano ed una preparazione fisica alla camminata.

Sentiero Naturalistico (N) – Itinerario guidato di particolare interesse naturalistico, storico, geografico, con difficoltà simili a quello turistico.

Sentiero Escursionistico (E) – Percorsi quasi sempre su sentiero segnato o su tracce in terreno vario (pascoli, pietraie, detriti) che richiede un certo senso dell'orientamento, una minima esperienza alla montagna, allenamento alla camminata oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati.

Sentiero per Escursionisti Esperti (EE) – Itinerario su terreno impervio ed infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccia e detriti, brevi nevai), che richiede esperienza di montagna, passo sicuro, assenza di vertigini, preparazione fisica, equipaggiamento ed attrezzatura adeguati.

Via Ferrata o Attrezzata per Escursionisti Esperti con attrezzatura (EEA) – Percorso su roccia attrezzata artificialmente o su nevai, che richiede una buona preparazione alpinistica, capacità di progressione con tecnica adeguata e, un'ideale attrezzatura individuale.

Sentiero Alpinistico (A) – Itinerario impegnativo su roccia, ripidi nevai, su ghiacciaio, che richiede conoscenza delle tecniche di arrampicata e delle manovre di cordata, l'uso corretto della piccozza e dei ramponi, un buon allenamento ed esperienza di alta montagna.

Sentiero Innevato (EAI) - Itinerario in ambiente innevato che richiede l'uso di racchette da neve, ma comunque su terreno senza grandi pendenze, con percorsi evidenti, e senza tratti esposti.

Alpinistiche (scala francese)

F (Facile) - E' la forma più semplice dell'arrampicata, bisogna già scegliere l'appoggio per i piedi; le mani utilizzano frequentemente gli appigli per mantenere l'equilibrio. Non è adatto a chi soffre di vertigini.

PD (Poco difficile) - Qui inizia l'arrampicata vera e propria, che richiede lo spostamento di un arto per volta e una corretta impostazione dei movimenti. Appigli e appoggi sono ancora numerosi.

AD (Abbastanza difficile) - La struttura rocciosa, già più ripida o addirittura verticale, offre appigli e appoggi più rari e può già richiedere l'uso della forza. Di solito i passaggi non si risolvono ancora in maniera obbligatoria.

D (Difficile) - Appigli e appoggi divengono ancora più rari e/o esigui. Richiede una buona tecnica di arrampicata applicata alle varie strutture rocciose (camini, fessure, spigoli ecc.), come pure un certo grado di allenamento specifico.

TD (Molto difficile) - Appigli e appoggi sono decisamente rari ed esigui. L'arrampicata diviene delicata (placche ecc.) o faticosa (per l'opposizione o incastro in fessure e camini). Richiede normalmente l'esame preventivo del passaggio.

ED (Estremamente difficile) - Appigli e/o appoggi sono esigui e disposti in modo da richiedere una combinazione particolare di movimenti ben studiati. La struttura rocciosa può costringere a un'arrampicata delicatissima, oppure decisamente faticosa dov'è strapiombante. Necessita un allenamento speciale e forza notevole nelle braccia e nelle mani.

EX (Eccezionalmente difficile) - Sono presenti appigli e/o appoggi minimi e molto distanziati. Richiede un allenamento sofisticato con particolare sviluppo della forza delle dita, delle doti di equilibrio e delle tecniche di aderenza.

Calendario Attività

Direttori di Escursione

Abbate Vincenzo.....3391880182	Currao Vincenzo.....3343093512	Mocci David..... 3331120715
Baldassini Rossella....3200715144	Di Motta Piero.....3381703405	Neri Giuseppe..... 3331967986
Bardaro Sandro.....3392707130	Di Serio Graziella.....3248193959	Neri Paolo..... 3333461812
Baroni Massimo.....3487354592	Drago Donatella.....3476606448	Nosseri Dario..... 3393445426
Biernacik Joanna..... 3334116610	Emanuele Antonino... 3396046958	Petrone Mauro..... 3404720277
Borzi Alessandra.....3492111048	Febbo Carlo.....3394999132	Pugliese Rosaria.... 3208432910
Borzi Vincenzo.....3200852343	Febbo Gaia.....3347759738	Raiano Diana..... 3477070988
Bronzi E. Umberto... 3472208141	Finocchi Caterina.....3470152945	Recchia David.....3316442181
Campagna Luca.....3336746402	Galatola Giuseppina...3387498467	Ripi Ilaria..... 3280020865
Carapellotti Elpidio....3357684366	Galli Luciano.....3384128883	Rullent Marina..... 3496226060
Cattivelli Sara..... 3883437813	Gargano Massimo.....3381913582	Salerno Giorgio..... 3755385779
Cedrolo Marco.....3883437899	Gasbarri Gianluca.....3475523935	Serri Valter..... 3482216627
Cianca Alessandro.....3391926368	Gasbarri Vincenzo.....3395282793	Simeoni Giovanni..335 8729604
Cicetti Alessandro.....3393881082	Giordano Mario.....3357283632	Speranza Valter.....3885716241
Cipolloni Massimo.....3385837102	Giovannetti Bruno.....3663452460	Tiberi Giuditta..... 3286320417
Ciprari Agapito.....3203503671	Giovannetti Gianluca..3386088330	Tomassi Andrea.... 3347128144
Coltrè Giulio.....3283053665	Iori Alessandro.....3887573288	Tomassi Daniele.... 3290671445
Conti Alberto.....3491424571	Lunghini Dario.....3337333278	Tuzi Andrea..... 3477196847
Costini Stefano..... 3937150670	Merni Silvia..... 3385836673	

6 Gennaio – Comunicazione e promozione

Discesa della Befana dal campanile di Galliciano nel Lazio

A cura di: L. Galli, C.B. Febbo, G. Febbo

21 Gennaio – Alpinismo Invernale

Monte Forcellone (2030 m) – Gruppo delle Mainarde

“Via Direttissima o del Canalone Nord Ovest”

Dal Rifugio di Prato di Mezzo (1430 m) per la Valle Forestella e la parete Nord Ovest

Ore salita : 3.00 - Ore discesa : 2.00 - Dislivello: 600 m – Difficoltà: PD

Direttori di Escursione: V. Abbate, V. Borzi, A. Cicetti, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

28 Gennaio – Alpinismo Invernale

Cresta del monte Tarino (1961 m) - Monti Simbruini

Da Campo Staffi, andata e ritorno

Ore complessive: 7.00 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: EEA/PD

Direttori di Escursione: P. Di Motta, G. Gasbarri

4 Febbraio - Escursionismo

Monte Le Carbonere (673 m) - Gruppo Lucretili
Per il sentiero Porte di Ferro, itinerario 319 A
Partenza dalla località Castiglione (Palombara Sabina)
Ore complessive: 3.00 - Dislivello: 400 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: E. U. Bronzi, A. Conti, L. Galli

11 Febbraio – Escursionismo su neve

Ciaspolenta al Rifugio Sebastiani (2102 m) - Gruppo Velino Sirente
Da Campo Felice, rifugio Alantino, ex miniera di bauxite, V. Leona, V. del Puzillo, polentata presso il Rifugio Sebastiani (sentiero 1C) - Ritorno per stessa via
Ore complessive: 6.00 – Dislivello: 600 m - Km 14 - Difficoltà: EAI
Direttori di escursione: A. Ciprari, D. Mocci, A. Cianca, C. Febbo, L. Galli

18 Febbraio - Escursionismo

Cimate dei Monti Prenestini (Monte Formello 1042m, Monte Coste Calle 1148 m, Monte Manno 1079 m, Monte Anfagione 1040m)
Salita e discesa dal Ristorante Le Cannucceta per il Passo dei Ladroni
Ore complessive : 6.00 - Dislivello : 500 m - Difficoltà : E
Direttori di Escursione: V. Gasbarri, G. Gasbarri, J. Biernacik, R. Pugliese

18 Febbraio - Escursionismo su neve

Intersezionale con le Sezioni di Collesferro e Castelli
Fondo della Salsa base parete nord monte Camicia - Gruppo del Gran Sasso - Sentiero n. 245
Ore complessive: 3.00 - Dislivello: 250 m - Difficoltà: EAI
Direttori di Escursione: C. B. Febbo

25 Febbraio – Escursionismo

Monte Sterparo (630 m) - Monti Comunali Tiburtini
Per il sentiero di Fonte Bologna - Partenza dall'Arco della Madonna di Quintiliolo (Tivoli)
Ore complessive: 4.00 - Dislivello: 300 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: A. Conti, E. U. Bronzi, L. Galli

4 Marzo – Escursionismo su neve

Intersezionale con la sezione CAI di Monterotondo
Rifugio Maiolica (1704 m) - Monti Reatini
Dal rifugio Sebastiani (1820 m)
Ore complessive: 6.00 – Dislivello: 550 m - Difficoltà: EAI
Escursione a numero chiuso - con pericolo valanga 3 l'escursione viene annullata
Direttori di escursione: L. Galli, C.B. Febbo, D. Nosseri

11 Marzo – Escursionismo su neve

Monte Cacume (1662 m) - Parco Naturale Monti Simbruini
Partenza da Marsia (Tagliacozzo, AQ), Piano del Pozzo, Monte Cacume (1662 m)
Ore Complessive: 7.00 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: EAI
Direttori di Escursione: M. Giordano, M. Petrone

18 Marzo – Escursionismo

Circuito Mura Poligonali di Praeneste
Salita e discesa da Palestrina a Castel San Pietro Romano
Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 300 m - Difficoltà: N
Direttori di Escursione: D. Raiano, V. Gasbarri, G. Gasbarri, S. Bardaro

25 Marzo – Escursionismo

Intersezionale con la sezione CAI di Collesferro
Monte Capreo (1421 m) - Monti Lepini
Ore complessive: 4.00 - Dislivello: 540 m Difficoltà: E
Direttori di Escursione: C. B. Febbo, B. Giovannetti, R. Baldassini

30 Marzo – Escursionismo in notturna

Sentiero Wojtyla - Monti Caprini

Percorso: Ara di Palazzo (Pisoniano) Santuario della Mentorella

Ore salita: 2.20 Ore discesa: 1.50 - Dislivello complessivo: 718 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: C. B. Febbo

8 Aprile – Escursionismo su neve

Lago Vivo e Grotta dello Schievo - Gruppo Monti della Meta

Da Barrea per sentiero K3, discesa per sentiero K4

Ore complessive: 8.00 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: EEAI

Direttori di Escursione: S. Costini, M. Rullent, B. Giovannetti, J. Biernacik

15 Aprile – Escursionismo

Cima Casarene (1181 m) - Gruppo dei Monti Lucretili

Da Pratelle / Orvino

Ore complessive: 4.00 - Dislivello: 272 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: E. U. Bronzi, A. Conti, L. Galli

22 Aprile – Escursionismo

Monti Caprini (Monti Prenestini)

Anello escursionistico degli Sgrimuni Nocini, Discesa per il sentiero "Karol Wojtyla".

Ore complessive: 5.00 - Dislivello: 450 m - Difficoltà: F +

Direttori di Escursione: G. Neri, E. Carapellotti, E. Abbate, P. Neri

28 Aprile / 1Maggio - Escursionismo

Le Cinque Terre

Direttori di Escursione : M. Giordano, G. Tiberi, G. Coltrè

(Il programma dettagliato sarà pubblicato in tempo utile sul sito della sezione)

29 Aprile – Alpinismo invernale

Monte Amaro (2793 m) - Parco Nazionale della Majella

Salita e discesa per la Rava del ferro da Passo San Leonardo

Ore complessive: 10.00 - Dislivello: 1500m - Difficoltà: PD

Direttori di escursione: V. Gasbarri, L. Galli, M. Petrone

6 Maggio – Escursionismo

La traversata delle gole di Celano - Gruppo Velino-Sirente

Da Celano a Ovindoli per la valle d'Arano

Ore salita: 3.00 - Ore discesa: 2.00 - Dislivello 570 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: V. Borzi, P.Neri, E. Carapellotti, C.B. Febbo, V. Gasbarri, A. Cicetti, G. Salerno

13 Maggio – Escursionismo

Monumento Naturale Bosco delle Cannucceta

Salita da Castel San Pietro Romano per la Fossa Lupara. Discesa Via di Folignano

Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 200m - Difficoltà: N

Direttori di Escursione: V. Gasbarri, G. Gasbarri, S. Bardaro, J. Biernacik, R. Pugliese

20 Maggio – Escursionismo

Monte Velino (2486m)

Da Massa d'Albe per fonte Canale, il Canalino, cresta sud e discesa per il Canalone

Ore salita: 4.30 - Ore discesa: 3.00 - Dislivello 1400m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: P.Neri, A. Cicetti, V. Borzi, C.B. Febbo, E. Carapellotti, G. Salerno

20 Maggio – Escursionismo

Anello fiume Treja da Monte Gelato verso Calcata - Parco Valle del Treja

Ore complessive: 8.00 - Dislivello: 100 m - Sviluppo: 20 km - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: S. Costini, M. Rullent, G. Galatola

27 Maggio – Escursionismo

Monte Terminillo (2216 m) - Monti Reatini

Dal Rifugio Sebastiani, per la Vetta, Discesa per la Sella dei Sassetelli, Prato dei Sassi

Ore complessive: 6.00 – Dislivello: 680 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: A. Iori, D. Bertelli

27 Maggio – Alpinismo invernale

Monte Infornace (2469 m) - Gran Sasso

Per il Canalone di Fonte Rionne

Ore complessive : 6.00 – Dislivello: 760 m - Difficoltà: PD+

Direttori di Escursione: C.B. Febbo, A. Tomassi, B. Giovannetti

3 Giugno – Escursionismo

Giornata del CAI - Antichi Acquedotti Romani di Galliciano nel Lazio

Ore complessive : 8.00 – Dislivello: 100 m - Sviluppo: 16 Km - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: L. Galli, S. Bardaro, C.B. Febbo, B. Giovannetti, A. Emanuele, R. Baldassini

9 Giugno – Arrampicata

Incontro in Falesia per la sicurezza in arrampicata

Falesia Rocca Canterano

A cura di G. Giovannetti

10 Giugno – Escursionismo

Monte Ienca (2208 m) - Gruppo del Gran Sasso

Dal passo delle Capannelle per il passo del Belvedere e la cresta ovest.

Discesa per il lago di Camarda

Ore salita: 3.00 Ore discesa: 2.30 - Dislivello: 848 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: P.Neri, A. Cicetti, V. Borzi, E. Carapellotti, C.B. Febbo

17 Giugno – Escursionismo

Grande Anello dei Lepini da Gorga - Monti Lepini

Giro ad Anello: Grande giro da Gorga (Via della Libertà), Fontana Canai,

Fonte S. Marino (1.143 m) , M.te San Marino (1387 m), Campo di Caccia, Brown Hole

(Carpinetto), M.te Malaina (1480 m), M.te Semprevina (1430 m), M.te Alto (1416 m),

Piani del Lontro, Sprone Maraoni (1.328 m). Ritorno a Gorga per Fontana Canai

Ore complessive: 8.00 – Dislivello: 1237 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: A. Tomassi - D. Tomassi

24 Giugno – Alpinismo Estivo

Corno Grande (2912 m) - Gran Sasso

Da Campo Imperatore (2200 m) per la via delle creste, discesa per la via normale

Ore salita: 4.00 Ore discesa: 2.00 - Dislivello: 912 m - Difficoltà: EEA

Direttori di Escursione: A. Cicetti, V. Gasbarri, V. Borzi, P.Neri, C. B. Febbo, G. Salerno

27 Giugno - 1 Luglio – Escursionismo

Isola di Marettimo (TP)

Direttori di Escursione : D. Drago, M. Cipolloni

(Il programma dettagliato sarà pubblicato in tempo utile sul sito della sezione)

8 Luglio – Escursionismo

Monte Acquaviva (2737 m) – Parco Nazionale della Majella

Dal Rifugio Pomilio (m 1895) per il Blockhaus (2142 m), Monte Cavallo (2171 m),

Monte Focalone (2676 m). Discesa per la stessa via

Ore salita: 4.00 Ore discesa: 2.5 - Dislivello: 842 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: A. Cianca, A. Ciprari, D. Mocchi

15 Luglio – Escursionismo

Monte Malaina (1480 m) - Monti Lepini

Da Selva Piana (695 m)

Ore salita: 2.50 - Ore discesa: 2.00 - Dislivello: 786 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: L. Campagna, L. Galli

29 Luglio – Escursionismo

Monte Morrone (2061 m) e Cima Mucchia di Pacentro (2001 m) - Parco N. della Majella
Da Rocca Caramanico per la Rava del Confine e il rifugio Jaccio della Madonna (1786 m),
Monte Morrone (2061 m) alla Cima Mucchia di Pacentro (2001m)
Discesa per la cresta al rifugio Capoposto (1755 m) e la Rava dell'Inferno
Ore salita: 3.30 Ore discesa: 2.30 – Dislivello: 1.100 m - Difficoltà: EE-
Direttori di Escursione: L. Galli, A. Ciprari, G. Galatola

4 – 12 Agosto – Escursionismo e Ferrate

Alpi Giulie sui confini Orientali Italia / Slovenia.
In collaborazione con CAI di Gorizia - Numero massimo 15 persone
Direttori di Escursione: L. Galli, S. Merni, G. Tiberi
(Il programma dettagliato sarà pubblicato in tempo utile sul sito della sezione)

11 - 12 Agosto – Alpinismo

Gruppo del Gran Sasso
Ferrata Ventricini e Danesi
Ore complessive: 6.00 Dislivello: 600 m Difficoltà: EEA
Ferrata Ricci
Ore complessive: 3.30 Dislivello: 465 m Difficoltà: EEA
Pernotto al Rifugio Franchetti
Direttore di Escursione: C. B. Febbo, G. Febbo

19 Agosto – Escursionismo

Pizzo d'Intermesoli (2635 m) - Gruppo del Gran Sasso
Da Pietracamela (1025m) per il Colle dell'Asino alla Vetta Settentrionale (2483 m)
Discesa Sella dei Grilli Val Maone Sentiero n.2 Pietracamela
Ore complessive: 9.00 - Dislivello: 1700 m - Sviluppo: 23Km - Difficoltà EE
Direttori di Escursione: G. Coltrè, L. Galli, M. Petrone, V. Speranza, G. Di Serio

25 – 26 Agosto – Escursionismo

Parco Nazionale della Majella - Intersezionale con la sezione CAI di Tivoli
1° giorno Traversata della Val Serviera
Ore complessive: 8,00 – Dislivello: 1350 m – Difficoltà: EE
2° giorno Traversata del Monte Porrara
Ore complessive: 6,00 – Dislivello: 900 m – Difficoltà: E
Direttori di Escursione: A. Iori, V. Federici

1 - 2 Settembre – Escursionismo

Monte Corvo (2623 m) – Gruppo del Gran Sasso
Anello: Da Prato Selva per la Valle Venacquaro e la Sella di M. Corvo.
Discesa per la vetta occidentale e la cresta Nord
Ore complessive: 8.00 - Dislivello: 1400 m - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: G. Coltrè, V. Speranza

7 Settembre - Incontro con Accompagnatori

9 Settembre – Alpinismo Estivo

Cima delle Malecoste (2444 m) "Cresta Nord" - Gruppo del Gran Sasso
Dal Rifugio Fioretti allo Stazzo di Solagne (1697 m), la Conca delle Pozze e la Forchetta
della Falasca (2187 m)
Ore salita: 3.30 - Ore discesa: 2.30 - Dislivello: 747 m - Sviluppo: 260 m - Difficoltà: PD-
Direttori di Escursione: V. Abbate, A. Cianca, D. Recchia, I. Ripi, A. Vasselli

15 Settembre – Escursionismo

Monte Cafornia (2424 m) - Gruppo Velino Sirente
Giro ad anello, da Peschio Rovicino per la Val Majelama - Discesa per sentiero n° 7
Ore complessive: 8.00 - Dislivello: 1400 m - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: P. Di Motta, M. Baroni

16 Settembre – Escursionismo

Monte Gemma (1457 m) - Monti Lepini
Giro ad Anello da fonte Pisciareello (Supino).
Discesa per la strada che porta da Santa Serena a Supino
Ore complessive: 8.00 - Dislivello: 1304 m - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: A. Tomassi, D. Tomassi, R. Pugliese

23 Settembre – Escursionismo

Monte Pellicchia (1369 m) - Monti Lucretili
Da Scandriglia Partenza dalle Sorgenti Stalla Pescara
Ore complessive: 5.00 - Dislivello: 455 m – Difficoltà: E
Direttori di Escursione: L. Galli, A. Conti, U. Bronzi

30 Settembre - Escursionismo

Monte Genzana (2171 m) - Gruppo Genzana PNA
Giro ad anello da Frattura (1250 m), salita per sentiero 11 a fonte Genzana e tramite percorso di cresta, Serra Leardi (2083 m) salita al Monte Genzana (2170 m) e Monte Rognone (2089). Discesa per il Monte Cona e Frattura Vecchia
Ore complessive: 8.00 – Dislivello: 1400 m - Sviluppo: 18 Km - Difficoltà: EE
Direttori di Escursione: D. Mocci, A. Ciprari, M. Petrone

7 Ottobre – Escursionismo

Anello riserva di Monterano, Canale Monterano (RM)
Giro ad Anello, Visita antico abitato barocco, al monastero del Bernini e Necropoli Etrusca.
Ore complessive: 5.00 – Dislivello: 401 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: A. Tomassi - D. Tomassi, R. Pugliese

14 Ottobre – Escursionismo

La Terratta (2208 m) – Parco Nazionale Abruzzo, Lazio e Molise
Anello: Da Bisegna per Valle di Fonte D'Appia, valle di Terraegna e il Valico del Carapale.
Discesa per il Monte Argatone e Rosa Pinnola
Ore complessive: 7.00 Dislivello: 900 m Difficoltà: E
Direttori di Escursione: V. Speranza, G. Coltrè

21 Ottobre – Escursionismo

Santuario della Mentorella - Guadagnolo (1218m) - Monti Caprini
Salita da Ciciliano , discesa Sentiero Wojtyla
Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 500 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: M. Petrone, V. Gasbarri, L. Galli

28 Ottobre - Escursionismo

Campitello (1025 m) - Gruppo Monti Lucretili
Da Prato Favale (Marcellina) per la Muracciola e via Sambucheta
Percorso ad Anello Itinerario 303
Ore complessive:4.00 - Dislivello: 842 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: E. U. Bronzi, L. Galli

31 Ottobre - 4 Novembre - Escursionismo

Aspromonte
In collaborazione con CAI “Sezione Aspromonte (Reggio Calabria)”
Direttori di Escursione: R. Pugliese, M. Cipolloni, D. Drago
(Il programma dettagliato sarà pubblicato in tempo utile sul sito della sezione)

11 Novembre – Escursione Micologica

Monti Lepini
Ore complessive: 4.00 – Dislivello: 300m – Difficoltà: T
Direttori di Escursione: A. Iori, D. Bertelli, G. Simeoni, D. Lunghini

17 Novembre – Escursionismo

Monte Gennaro (1271 m) - Monti Lucretili

Da Palombara Sabina in notturna

Ore complessive: 3.30 - Dislivello: 840 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: C.B. Febbo, R. Baldassini, V. Serri, M. Cedrolo

18 Novembre – Escursionismo

Capranica Prenestina (915m) - Monti Prenestini

Visita al Museo Naturalistico, Salita e discesa da Genazzano per l'Orto del Papa

Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 600 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: V. Gasbarri - G. Gasbarri

25 Novembre – Escursionismo

Intersezionale con la sezione di Monterotondo

Monte Macchialaveta (1816 m) -Monti Reatini

Da S. Croce (715 m)

Ore complessive: 7.00 - Dislivello 1200 m – Difficoltà: E

Direttori di Escursione: L. Galli, D. Nosseri

2 Dicembre – Esperienza Speleo

Direttori di Escursione: C. B. Febbo, G. Febbo

(Il programma dettagliato sarà pubblicato in tempo utile sul sito della sezione)

8 Dicembre – Alpinismo Invernale

Monte Viglio (2156 m) - Monti Cantari

Dal valico della Serra.

Ore salita: 4.00 Ore discesa: 3.00 - Dislivello: 610 m - Difficoltà: PD

Direttori di Escursione: A. Cicetti, V. Gasbarri, V. Borzi, P. Neri, C. B. Febbo, G. Salerno

15 Dicembre – Cena Sociale

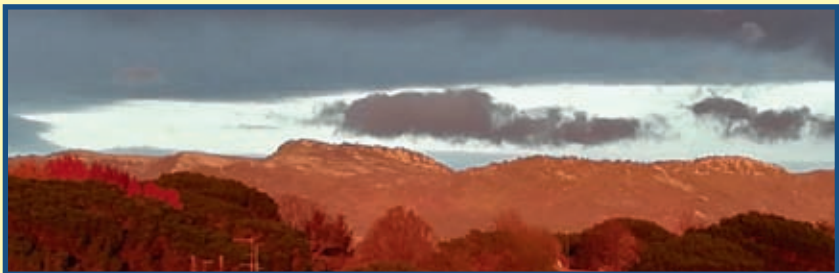
30 Dicembre – Escursionismo

Picco di Circe (541 m) - Monte Circeo

da Piazzale di Torre Paola

Ore complessive: 4.00 - Dislivello: 541 m - Difficoltà: EE

Direttori di Escursione: C. B. Febbo, B. Giovannetti, V. Serri





Alpinismo Giovanile

14 Gennaio – Ciaspolata

Giornata della sicurezza in montagna con CNSAS - Campo Catino M. Ernici
Intersezionale con le Sezioni di Alatri e Latina
Direttori di Escursione: M. Cipolloni

18 Febbraio - Escursionismo su neve

Intersezionale con la Sezione di Alatri
Monte Autore (1855) - Monti Simbruini
Da Campo dell'Osso
Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 226 m Difficoltà: EAI
Direttori di Escursione: D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

18 Marzo – Escursionismo

Circuito Mura Poligonali di Praeneste
Intersezionale con la Sezione di Alatri
Salita e discesa da Palestrina a Castel San Pietro Romano
Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 300 m - Difficoltà: N
Direttori di Escursione: A. Borzi, A. Tuzi

15 Aprile – Ciclo escursionismo

Parco Nazionale del Circeo
Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 100 m - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: A. Borzi, M. Cipolloni

20 Maggio – Il Gioco dell'Arrampicata

Intersezionale con le Sezioni di Alatri e Latina
Atina, Rupe di Giunone
Ore complessive: 6.00 - Difficoltà: F
Direttori di Escursione: M. Cipolloni, A. Conti, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

10 Giugno – Raduno Regionale di Alpinismo Giovanile

Intera giornata - Difficoltà: E
Direttori di Escursione: M. Cipolloni

29 Giugno - 1 Luglio – Minicampo

Intersezionale con le Sezioni di Alatri e Latina
Trisulti, Valle dei Santi, Capo Fiume, Dolina di Pozzo d'Antullo, Museo Orto del Centauro -
Pernotto Camping Monti Ernici Collepardo
Direttori di Escursione: A. Conti, A. Tuzi, A. Borzi Conti.

14 Luglio – 15 Luglio - Minicampo

Monti del Matese - Rifugio Monte Orso

Gioco dell'arrampicata, vita da rifugio, esplorazioni del territorio

In occasione dell'evento "L'imboscata" a cura e ospiti del CAI di Piedimonte Matese

Direttori di Escursione: A. Borzi, M. Cipolloni, D. Drago

22 Luglio – Escursionismo

Intersezionale con le Sezioni di Alatri e Latina

Val Canneto - Monti della Meta - Mainarde PNALM

Santuario Madonna di Canneto - Tre Confini - Valico Passaggio dell'Orso

Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 662 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: A. Tuzi

23 Settembre – Escursionismo

Monte Soratte 691 m - Riserva naturale di Monte Soratte

Per il Sentiero delle Carbonare

Ore complessive: 6.00 - Dislivello: 300 m - Difficoltà: E

Direttori di Escursione: A. Tuzi, D. Drago

21 Ottobre – Il Gioco dell'Arrampicata

Intersezionale con la Sezione di Alatri e Latina

Sperlonga

Ore complessive: 6.00 - Difficoltà: F

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, A. Conti, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi

11 Novembre - Esperienza Speleologica

Grotta a Male - Assergi

Sviluppo complessivo: 500 m

Direttori di Escursione: A. Drago, A. Tuzi

16 Dicembre - Escursionismo

Intersezionale con le Sezioni di Alatri e Latina

Monte Cacume (1095 m) - Monti Lepini

Ore complessive: 6.00 - Difficoltà: E

Escursione aperta alla partecipazione dei genitori, con pranzo di fine anno

Direttori di Escursione: M. Cipolloni, A. Conti, D. Drago, A. Borzi, A. Tuzi



Gruppo SHERPA PRENESTINI

Lazio Handicap

22 Aprile - Escursionismo Sentiero LH1 (Monti Lepini)

Da Campo di Montelanico a Val Viscio e ritorno.

Ore complessive: 2.30 - Dislivello:180 m - Difficoltà: T

Direttori Escursione: M. Cedrolo, A. Conti, C. Febbo, C. Finocchi, M. Gargano, R. Baldassini, S. Cattivelli, V. Serri

7 Ottobre – Escursionismo Sentiero LH14 + LHT2 su Monte Redentore - Monti Aurunci

Da Valliera a Cima del Redentore (1252 m) e ritorno

Ore complessive: 4.00 - Dislivello:180 m - Difficoltà: T

Direttori Escursione: M. Cedrolo, A. Conti, C. Febbo, M. Gargano, R. Baldassini, S. Cattivelli, V. Serri



ITOP[®]

Officine Ortopediche

